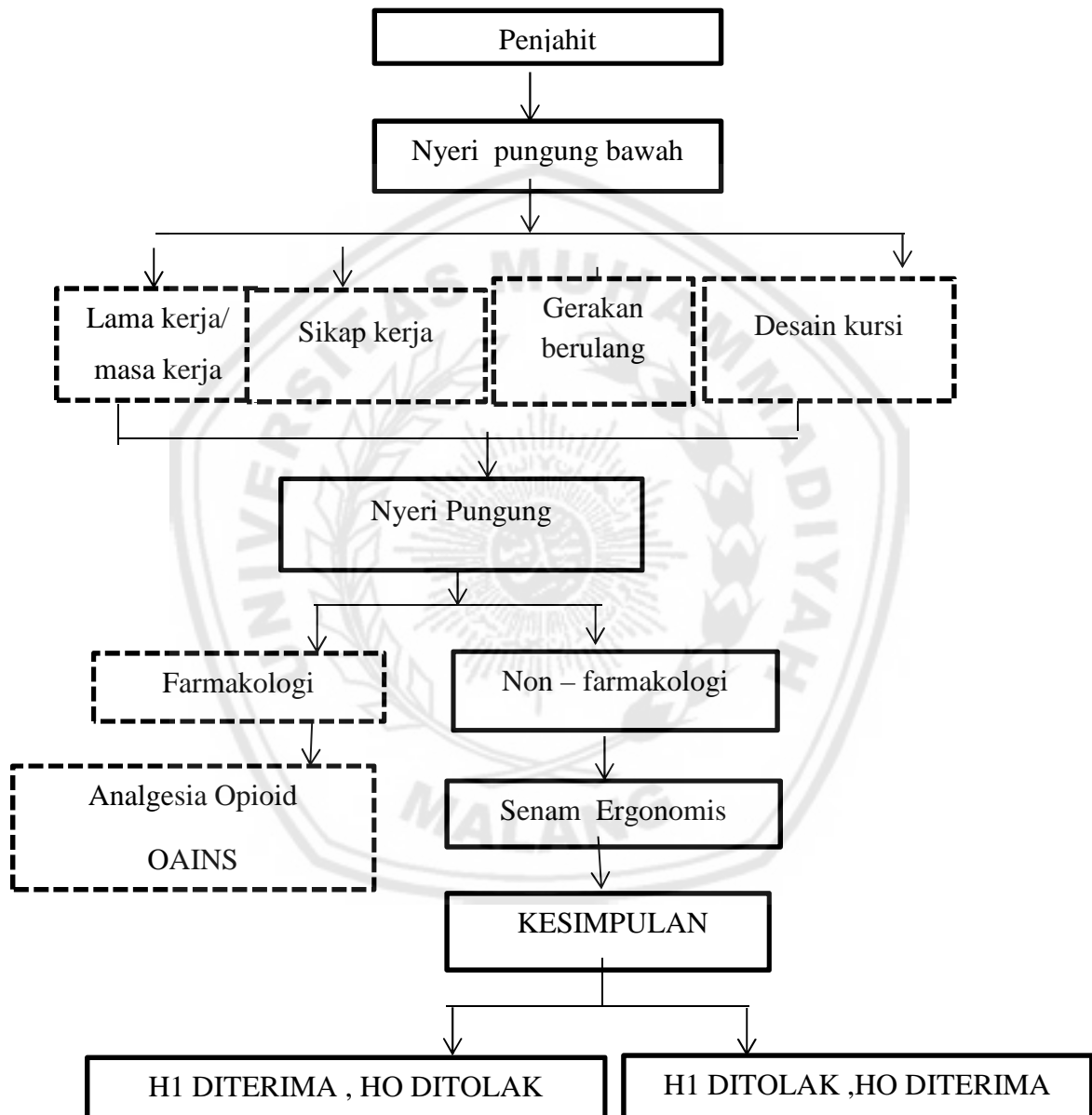


Bab III

Kerangka Konsep

A. Kerangka konsep

Kerangka konsep penelitian ini menggunakan pendekatan sistem secara jelas ditampilkan pada gambar 3.1 dibawah ini :



Keterangan :

: Diteliti
 : Tidak diteliti

B. Definisi Operasional

1. variable penelitian

Dalam penelitian ini terdapat 3 variable, yaitu variabel bebas, terikat, dan pengganggu.

Variable dalam penelitian ini yaitu :

a. Variable Independen (Bebas)

Variable bebas merupakan variable yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variable terikat atau dependen (Sugiono,2010). Variable bebas dalam penelitian ini adalah senam ergonomi (stretching).

b. Variable Dependen (Terikat)

Variable dependen merupakan variabel yang dimanfaati atau yang menjadi akibat, karena adanya variable bebas (Sugiono,2010). Variable terikat dalam penelitian ini adalah nyeri punggung bawah.

c. Variable Pengganggu

Variable yang mengganggu terhadap hubungan antara variable bebas dan terikat (Notoadmojo,2010). Variabel pengganggu dalam penelitian ini adalah penyakit tertentu (ex: Osteoporosis), Kebijakan perusahaan, dan cuti.

2. Definisi operasional

a. Senam ergonomis

Pemberian intervensi senam ergonomis (stretching) otot pada aktivitas penjahit di PT Prime Line Internasional (Manly T- shirt) Malang. Alat ukur dalam variable ini adalah ceklist dengan kategori mengikuti senam ergonomis (stretching) atau tidak mengikuti senam ergonomis (stretching) dengan skala ukur berupa nominal.

b. Keluhan nyeri punggung bawah

Keluhan subjektif yang dirasakan pada area punggung bagian bawah dan dapat menjalar hingga area pantat oleh penjahit di PT Prime Line Internasional (Manly T- shirt) Malang.

Alat pengukuran nyeri punggung bawah dilakukan dengan skala penilaian “*Numerical Rating Scales* “ untuk menilai skala nyeri yang dirasakan. Direkomendasikan patokan 10 cm dengan berisi skala 1- 10 dengan kriteria nyeri ringan, sedang, berat (Potter dan Perry, 2006). Skala ukur yang digunakan adalah ordinal.

C. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah suatu asumsi pertanyaan tentang hubungan antara dua atau lebih variable yang diharapkan bisa menjawab suatu pertanyaan dalam penelitian. Berdasarkan konsep diatas maka dalam penelitian ini dikemukakan hipotesis sebagai berikut :

H1 : Ada perbedaan efektifitas senam ergonomi terhadap penurunan nyeri punggung bawah pada penjahit di PT. Prime Line Internasional (Manly T- Shirt) Malang.

Ho : Tidak ada perbedaan efektifitas senam ergonomi terhadap penurunan nyeri punggung bawah pada penjahit di PT. Prime Line Internasional (Manly T- Shirt) Malang.